

きみがため はるののいにて

第7期 OG 石井 真衣
(旧姓 菊盛)

世の中的には、とんでもないことになった2020年でした。大変な思いをしている人が世界中に沢山いる一方で、インドア派の私にとっては自宅で過ごす時間が格段に増えたので、むしろ追い風に吹かれた1年となりました。ありがたいことです。つついネガティブな変化に注目しがちですが、折角なので自分の中のポジティブな変化に目を向けたいと思うのです。その変化の1つは、「ご飯が美味しくなった」ことです。これには、料理をする頻度もそれにかかる時間も増えたことと、これまで週末婚状態だった夫で、10期の石井君と一緒に生活できるようになったことが非常に大きく関係しています。

ご存知の方も多いと思いますが、私はとにかく食べるのが大好きです。幸いなことに、親が痩せ型に産んでくれたおかげで、そういう印象が付きにくいのですが、食べると決めている時はめっちゃ食べます。ちなみにお酒も、呑むと決めている時はめっちゃ呑みます。そんな私なので、ご飯を美味しく食べられることは、QOLを高めるという意味で非常に重要です。人間が生きている間に食事をとる回数には限りがあると思うと、一食一食を大切にしたいし、毎度のご飯は美味しく食べたいというわけです。

さて、どんなことでもそうですが、料理も漏れなく“Practice makes perfect”です。自宅で過ごす時間が増えたことで、美味しいご飯を作るためにいくつかのスキルアップを試みました。まず、和食、中華、イタリアンの本をいくつか買ひまして、直感的に作ってみたい、食べてみたいと思うレシピを片っ端から、繰り返し作りました。繰り返しは本当に大切で、何度も作っていると、材料とか手順とかを覚えるようになります。これ、レシピを料理するたびにネットで検索していると、なかなか覚えるのが難しい。日頃、



著者が愛用している料理本たち（中でもウーウェンさんの本にドハマリし、プロデュースされたフライパンまで購入して愛用してます笑）

研究の本は全く読まないのに、なぜか料理では「やっぱ、本やな！」となるから不思議でした。それから、普段のご飯メニュー以外にも、自家製でキムチを漬けたり、塩麴という調味料を発酵させて作ったり、大量のジャムを作ったり、小豆を炊いたり、パスタや餃子の皮を捏ねて作ったり、時間がないとやってみる気の起きないことにも挑戦しました。おかげで、前

より美味しいご飯が作れるようになったり、品数が増えたりして、我が家の食卓は豊かになりました。

もう一つ、ご飯を美味しくしているのが一緒に食べる人の存在だと思います。パートナーでも友人でも、実家の家族でも、大切な人と食べるご飯は、1人で食べるご飯より、ダントツ美味しいです。ご飯を作る段階では、自分以外に食べる人がいるからこそ、美味しいご飯を作って喜ばせてあげようと工夫するし、種類豊富に作って驚かせようと努力します。「家族への愛情が料理を美味しくするための最高のスパイス」とは、まさに言い得て妙です。そして、ご飯を食べる段階では、作り手は美味しいと言われれば嬉しいし、わいわいお喋りしながら食べると、ただの白米と味噌汁でもなんだか美味しく、胸のあたりがほんわか温まる。石井君は好き嫌いがなく、味にうるさくないので、何でも美味しい美味しいと言って食べてくれます。叱って育てるタイプの私と違って、彼は褒めて伸ばすタイプの人なので、作ったご飯のことで批判されることはありません。おかげで伸び伸びと、色々な料理に挑戦できます。褒めるのは、叱るより効果的かもしれないと自分の教育方針を見直すきっかけにもなりました。料理の思わぬ副産物かもしれません。

さて、来年度、私は研究休暇をいただくことになっています。普通にお仕事をしている人からすれば奇妙だと思いますが、研究者には、授業や会議などの研究以外の業務が全て免除されて、研究に専念する期間として1年から2年のお暇をいただけるという制度があります。本来なら海外に滞在して、現地の大学に訪問できるチャンスなのですが、このご時世なので断念して日本で過ごす予定です。ゼミもない、会議もない、4月以降何も予定がないというのは、怠け者の私には非常に恐ろしい事態です。料理の腕ばかりに磨きをかけないように気をつけないといけません。研究者としての目標を改めて見つめなおし、ここから数年先のキャリアを豊かにできるようにコツコツ努力したいと思っています。

最後に、今年のタイトルの百人一首は「君がため春の野に出でて若菜摘む わが衣手に雪は降りつつ」です。大切な人の健康や長寿を願って、まだ寒さの残る春の野原に出かけて野草を摘んで贈ってあげた時に読まれた歌です。ここ

でいう若菜は、春の七草のような葉にもなる野草のことらしいです。古来、人は自分のためではなく大切な誰かのために、食べるものに気をかけてきたのだと思いを馳せると、やはり大切な人への気持ちがご飯を美味しくする最高のスパイスだと納得する次第です。



向日葵だらけの夏の野@兵庫県佐用町
(右は著者、左は第10期の石井くん、撮影は小野先生)